

冬期スタジオ新教室

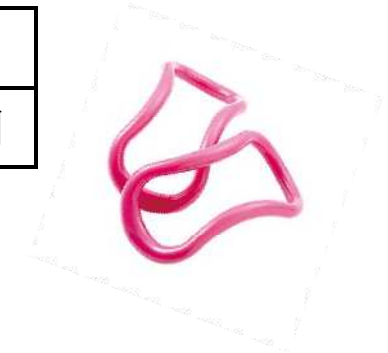
・トータルEX(エクササイズ) 月曜夜間

時間	受講料	定員	日程								回数
			1月			2月			3月		
19:00-20:00	¥4,940	15名	7	21	28	4	18	25	4	11	8回



・トータルEX(エクササイズ) 金曜午後

時間	受講料	定員	日程									回数
			1月			2月			3月			
13:00-14:00	¥5,580	15名	18	25	1	8	15	22	1	8	15	9回



- ・ウォーキングを基本とした有酸素運動と簡単な筋トレを行った後にポールやリングでストレッチを行うクラスです。
- ・トータルの的に身体を動かし、健康的な身体作りを目指します。
- ・脂肪燃焼や筋力アップ、冷え症の改善まで、幅広い方を対象とした教室です。

冬期新規教室申込日 12月23日(日) 10:00から申込開始

※申込開始時間になり、希望者が定員をこえている場合、抽選となります。

※申込開始時に水泳場内にいない場合、抽選に参加する事が出来ないのでご注意ください。

※申込には受講料とメンバーズカードが必要になりますので、必ずお持ち下さい。

※メンバーズカードをお持ちでない方は、受講料とは別に、カード発行料300円がかかりますのでお願いします。

お問合せ
静岡県富士水泳場
TEL0545-35-6022

富士水泳場

検索

